

Jeugdervaringen van volwassenen van wie de ouders psychische aandoeningen hadden

Peter C. van der Ende

‘Misschien had m’n moeder kunnen zeggen van: Mamma zit niet zo lekker in haar vel en dat ligt niet aan jou’. Daarmee zouden ze mij erkennen en je ontnemt gelijk het idee dat ik iets moet gaan doen’ (vrouw, 26 jaar).

‘Het feit dat niemand het er over wil hebben, en dat iedereen het eng vindt, dat heb ik wel als een belemmering ervaren. Dat op het moment als een ouder van een vriendje waar ik speelde er achter kwam dat er iets aan de hand was. Dat daar niet over gepraat werd’ (vrouw, 29 jaar)

Bovenstaande citaten van twee vrouwen die terugkijken op hun jeugd met een ouder met psychische problemen zijn illustratief voor de ervaringen van kinderen met deze ouders. Met een beknopt kwalitatief onderzoek wilden we meer zicht krijgen op de ervaringen van kinderen met ouders met psychische problemen en de steun die zij daarbij hebben gehad of die ze gewenst zouden hebben. Het onderzoek is uitgevoerd in het kader van een afstudeeropdracht bij de opleiding Toegepaste Psychologie van de Hanzehogeschool Groningen. Het is gekoppeld aan onderzoek naar Ouderschap bij psychische aandoeningen vanuit het Lectoraat Rehabilitatie van de Hanzehogeschool Groningen (Van der Ende e.a., 2015). Volgens een aantal volwassenen dat terugkeek op hun jeugd zouden hun ouders met psychische problematiek, hun verwanten en de verantwoordelijken op school een belangrijker rol kunnen vervullen in het geven van emotionele steun en informatie over de problematiek.

Volwassenen kijken terug op hun kindertijd

Het door ons uitgevoerde kwalitatieve onderzoek concentreerde zich op: Het in kaart brengen van de ervaringen en wensen in de basisschoolperiode van kinderen, die ouders hebben met psychische problematiek. Het gaat daarbij om wensen met betrekking tot de optimale ondersteuning en de rol die ouders daarin kunnen vervullen. Om weloverwogen visies te verzamelen is besloten om respondenten tussen 20 en 30 jaar te interviewen over de situatie zoals die was in hun basisschoolperiode. In totaal zijn veertien respondenten geïnterviewd, waaronder twaalf vrouwen en twee mannen. Alle respondenten waren op het moment van het interview uitwonend. De respondenten hadden in de basisschoolperiode minimaal één ouder waarbij sprake was van psychische problematiek. Twee derde van de respondenten kwam via een oproep op Facebook (www.facebook.com) en een derde van de respondenten werd geworven via een e-mailbericht dat is verstuurd naar de studenten van de opleiding Toegepaste Psychologie aan de Hanzehogeschool Groningen.

Wat zij vroeger als kind wilden

Verwachtingen van ouders

De geïnterviewde volwassenen gaven aan dat ze het meest hadden of gehad zouden hebben aan informatie van hun eigen ouders over de psychische problematiek van deze ouders, aan emotionele steun vanuit de sociale omgeving en een veilige en gestructureerde opvoeding waarin zij erkend en gezien werden door de ouders. De rol die ouders hierbij konden aannemen was een informerend en ondersteunend. De respondenten veronderstelden dat hun ouders hierbij ondersteund moesten worden vanuit de hulpverlening. Hierdoor zouden de ouders beter in staat zijn om hun kinderen de aandacht te geven die deze nodig hadden.

Overige verwanten

De respondenten hadden meer serieus genomen willen worden. Ook zouden ze meer tijd doorgebracht willen hebben in een normale omgeving, bijvoorbeeld bij familie.

School

De signalering op scholen van de problematiek van kinderen met ouders die psychische problemen kan beter. In het onderzoek werd aangegeven dat men niet ontzien wilde worden, maar dat een benoeming van de problematiek juist nodig is. Dit is in de laatste decennia verbeterd; de zorgteams bij de scholen zijn er onder meer voor om te werken aan deze problematiek.

Professionele hulpverlening

De GGZ en Jeugdvoorzieningen hebben een zorgaanbod voor deze doelgroep ontwikkeld. Een deel van de kinderen van ouders met psychiatrische problemen maakt er gebruik van. Zorg voor kinderen van ouders met psychische problematiek is op verschillende manieren georganiseerd. Naast de traditionele geestelijke gezondheidszorg kunnen deze kinderen op veel plaatsen in Nederland bijvoorbeeld steun zoeken in (begeleide) lotgenotengroepen. Ook is er informatiemateriaal in de vorm van boekjes en folders beschikbaar. Daarnaast zijn websites opgezet waar deze kinderen informatie kunnen vinden over de psychische problematiek van ouders, waar zij kunnen chatten en verhalen kunnen delen.

De hulpverlening kan ondersteunen door de ouders meer vaardigheden aan te leren op het gebied van opvoeden en het praten over de psychische problematiek met het kind, zoals onder meer is beschreven door Nicholson e.a. (2001). Het zou goed zijn om de ouders, indien zij hiertoe in staat zijn, vaardigheden aan te leren in plaats van de ouders 'het werk uit handen te nemen'. De ouders zijn dan zelf in staat om op een juiste manier te communiceren met hun kind en uitleg te geven over de psychische problematiek. Dit kan een onderdeel vormen van Begeleid Ouderschap vanuit de geestelijke gezondheidszorg of vanuit Jeugdzorg. Het is van belang te zoeken naar de juiste weg waarbij kinderen zo min mogelijk worden belast, maar waarbij ze toch voldoende informatie krijgen over wat er aan de hand is en welke consequenties dit heeft. Ook het gebruik van woorden om de problemen te benoemen zal aangepast dienen te zijn aan de leeftijd en het ontwikkelingsniveau van het kind.

Peter C. van der Ende is senior-onderzoeker bij het Lectoraat Rehabilitatie van de Hanzehogeschool te Groningen. Website: [www.ouderschap-psychiatrie](http://www.ouderschap-psychiatrie.nl)

Literatuur

Ende, P.C. van der, Dalsum, L.A. van, Doeze, R. & Korevaar, E.L. (2015). Kinderen van ouders met psychische problemen kijken terug op jeugdervaringen. Tijdschrift Participatie en Herstel, no. 1, maart 2015, pag. 41-49.

Nicholson, J., Henry, A. D., Clayfield, J., & Phillips, S. (2001) *Parenting well when you're depressed: A complete resource for maintaining a healthy family*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.